TANITA®
健康をはかる

sleepscan

睡眠計スリープスキャン
センサーマット

取扱説明書

- 本機は２人以上やペット等と一緒にお休みの場合は測定できません。
- 本機の対象年齢は10才以上です。
- 測定結果を見るには、専用データ管理ソフトをパソコンにインストールする必要があります。
- 専用データ管理ソフトは同梱のSDメモリーカードにおさめられています。
- 専用データ管理ソフトはWindows®OSの搭載されたパソコンのみご使用できます。
- 測定データを読み込むには、SDメモリーカードリーダーが必要です。

お 願 い

本機は誤った使い方をしますと重大な事故につながります。この説明書をよくお読みいただき、正しく安全にご使用ください。
また本書は必要なときにすぐに取り出せるよう、身近に大切に保管してください。

はじめに
この商品について
安全上のご注意
セット内容
ご使用になる前に
準備
電源を入れる
日付と時刻を設定する
測定
測定する
必要なときに
お困りのときは
商品仕様

はじめに

準備

測定

必要なときに

この商品について 2
ご使用のながれ 3

安全上のご注意 4

セット内容 6
各部の名称 7
記号について 7

ご使用になる前に 8
センサーマットの使用環境をご確認ください... 8
センサーマットの敷く位置をご確認ください... 8
SD メモリーカードをご確認ください ... 9
専用データ管理ソフトについて..... 9

電源を入れる 10
エラー表示について 11

日付と時刻を設定する 12

測定する 14
経過時間が 2 分 30 秒未満の場合 .. 14
測定結果のみかた 15

お困りのときは 16
センサーマットのトラブルについて ... 16

商品仕様 17

この商品について

よい睡眠は、健康維持の基本です

人生の約３分の１から４分の１が眠っている時間です。睡眠には疲労回復や体温調節などの大切な役割があり、健康に大きく関係しています。睡眠は量のみならず質も重要といわれ、食事や運動などの日中の活動、体調の良し悪し、疲労やストレスの有無は睡眠の質に影響を与えます。日本では現在、５人に１人が何らかの形で睡眠にかかわる悩みを抱えているといわれています。よい睡眠習慣は日常生活の質（Quality Of Life）を高めることになりますので、これからはよい睡眠習慣のために睡眠の状態をチェックすることをおすすめします。

このたびは、睡眠計スリープスキャンをお買い上げいただきまして、ありがとうございます。
睡眠計スリープスキャンは、**センサーマット**と**専用データ管理ソフト**から構成されています。
センサーマットで、睡眠中の呼吸、脈拍、体動を測定しSDメモリーカードに記録します。
専用データ管理ソフトでは、SDメモリーカードの測定データをパソコンに取り込み、解析します。本商品をご使用いただければ、睡眠の状態や傾向を把握でき、健康管理に役立てることができます。

■ ご使用のながれ

本体の準備

電源を入れて、日付と時刻をセットします。

p.12

測定を行う

センサーマットを使用して、睡眠中の呼吸、脈拍、体動を測定し、SDメモリーカードに記録します。

p.14

専用データ管理ソフトで結果を確認

SDメモリーカードに記録された測定データを、専用データ管理ソフトで解析して、結果を確認します。

別冊

ご注意

専用データ管理ソフトは、ご使用されるパソコンにインストールする必要があります。

参照

専用データ管理ソフトについては、別冊の「専用データ管理ソフト 取扱説明書」をご覧ください。

安全上のご注意

本書では、ご使用になる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただきたいことを次のように説明しています。本文をよくお読みいただき、本商品を安全に正しくご使用ください。

⚠ 警告	この表示の欄は「死亡または重傷を負う可能性のある」内容を示しています。
⚠ 注意	この表示の欄は「傷害を負う可能性または物的損害が発生する可能性のある」内容を示しています。
⃠	してはいけない「禁止」内容を示しています。
❗	「必ず守っていただく」強制内容を示しています。

⚠ 警　告		
⃠ 禁止	分解や改造は、絶対にしない	感電やけがの可能性があります。また、精度の保証ができません。
	ぬれた手で、AC アダプターを抜き差ししない	感電や、火災・漏電の原因になります。
	タコ足配線をしない	火災の可能性があります。
	測定結果から、自己判断しない	本商品は睡眠障害などの病気の診断をする物ではありません。必ず医師、または資格を持った専門家にご相談ください。
	SD メモリーカードは乳幼児の手の届くところに置かない	誤って飲み込むと、身体に悪影響を及ぼします。万一、飲み込んだら、すぐに医師にご相談ください。

⚠ 注　意		
⃠ 禁止	持ち運ぶときは本体から AC アダプターを外す	破損する可能性があります。
	電波障害を受けやすい電子機器は本商品からの電波障害がないことを確認して使用する	故障や誤作動の原因となります。
	本商品の隙間や穴に指を入れない	けがをする可能性があります。
	センサーカバーに衝撃を与えない	破損してけがをする可能性があります。
	SD メモリーカードは本体の電源が切れているか、時計表示の時以外に挿入および取り出しをしない	故障の原因になります。

正しい取り扱いのために		
⃠ 禁止	測定中に AC アダプターを抜かない	故障の原因になります。
	水をかけたりぬれた手で操作しない	故障の原因になります。
	先端のとがった物で操作しない	破損や故障の原因になります。
	専用の AC アダプター以外は使用しない	故障の原因になります。
	センサーマットを折り曲げたり、センサーマットの上で飛び跳ねたり、重いものを落としたりしない	破損や故障の原因になります。
	センサーカバーを踏まない	破損や故障の原因になります。

正確にはかるために

禁止	**温度変化の激しい場所では測定しない** 測定または測定結果に誤差を生じる可能性があります。20℃以上の温度差のある場所に移動するような場合は、2 時間以上放置してからご使用ください。
	電波を発生する機器の近くでは使用しない 照明器具（インバーター蛍光灯）・医療用機器（マイクロ波治療器）・通信機器（携帯電話）などの一部の機器とは、干渉して誤作動する可能性がありますので、事前にご確認の上ご使用ください。
	振動が多い場所では測定しない 本商品は人体からの微細な振動を検出する測定機器です。そのため大きな振動が多い場所では測定または測定結果に誤差を生じる可能性がありますので、事前にご確認の上ご使用ください。

精度を保つために

本商品は、精密に作られています。最良の状態に保つために、次のことを守り、ご使用ください。

設置について	禁止	**故障の原因になります。** ■ 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる所には置かない ■ 温度変化の激しい場所には置かない ■ 湿気の多い場所や水気のある所には置かない ■ 振動の激しい所には置かない ■ 化学薬品の保管場所や、ガスの発生する場所に放置しない
取扱いについて	禁止	**故障の原因になります。** ■ 絶対に水洗いはしない ■ 過度の衝撃や振動を与えない ■ コード部分を持って AC アダプターの抜き差しはしない
	必ず守る	**故障の原因になります。** ■ 長期間使用しない場合は、コンセントから AC アダプターを抜く
保管について	禁止	**故障の原因になります。** ■ 振動の激しい所に保管しない ■ 湿気やほこりの多い所に保管しない ■ 保管温度範囲外の場所に保管しない
	必ず守る	**長期間使用しなかった時は、使用する前に正常かつ安全に作動することを確認する**
お手入れについて	禁止	**熱湯やベンジン、シンナーなどは使用しない** ■ 汚れたときは水または家庭用洗剤を含ませた布で拭き、その後乾いた布で拭き取ってください。 ■ 変形や変色の原因になります。

廃棄について

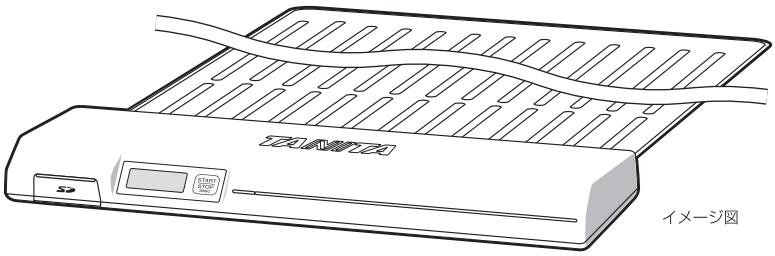
必ず守る	**本商品を廃棄するときは、不燃ゴミとして廃棄してください。または、お住まいの自治体の指示にしたがってください。**

セット内容

センサーマット

CHECK!

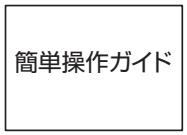
☑本体



イメージ図

本商品の付属品

☐ 簡単操作ガイド



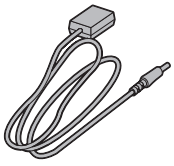
☐ 添付文書

☐ 保証書

☐ SD メモリーカード

☐ 抜け防止クリップ

☐ AC アダプター



☐ 電源延長ケーブル

● PDF マニュアル
- 睡眠計スリープスキャン取扱説明書
- 睡眠計スリープスキャン専用データ管理ソフト取扱説明書

● 専用データ管理ソフトインストーラ

MEMO

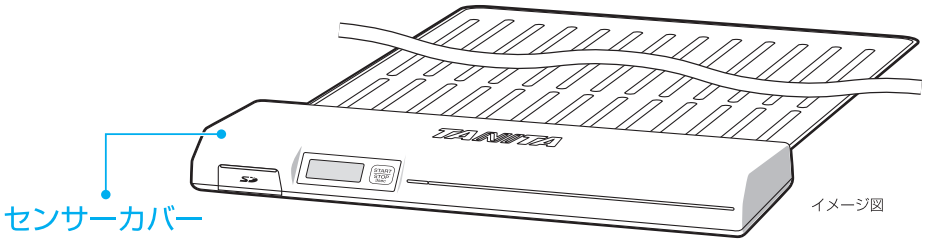
SD メモリーカード内にある PDF マニュアルと専用データ管理ソフトインストーラは、万一の場合に備えてパソコンなどにバックアップをしてください。

ご注意

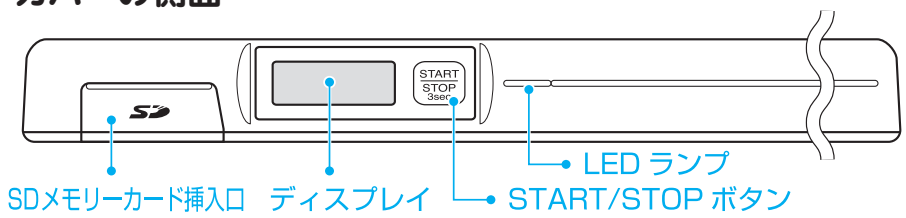
● 通電中に AC アダプターから音が聞こえる場合がありますが故障ではありません。AC アダプターの通電音が睡眠の妨げになる場合は、電源延長ケーブルを使用して、AC アダプターを遠ざけるようにしてください。

■各部の名称

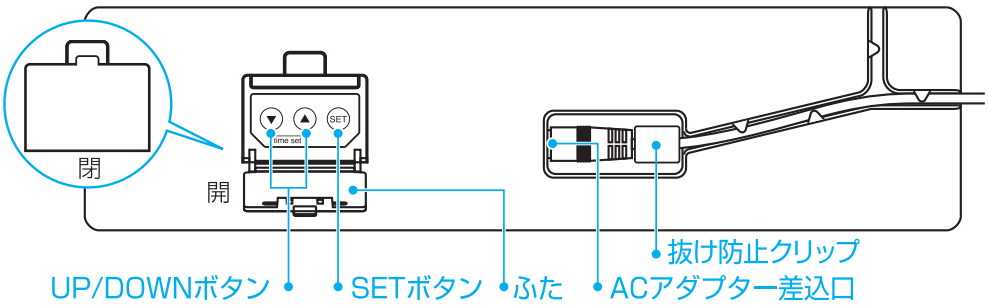
表面



センサーカバーの側面



センサーカバーの背面



■記号について

⚠	注意	付属文書参照
	B 型装着部	電撃に対する保護の程度による装着部の分類を示したもの
⎓	直流	
⧈	クラス II 機器	電撃に対する保護の形式を示したもの （電撃に対する保護を基礎絶縁だけに依存せず、二重絶縁または強化絶縁のような追加安全策を備えることによって、保護設置の手段を持たず設置の条件に依存しない機器）
c UL us	UL マーク	Underwriter's Laboratories Incorporated が作成した安全規格に適合した商品に表示されるマーク
	屋内使用	
	WEEE マーク	電気・電子機器廃棄物指令に対応した商品に表示されるマーク
PS E	PSE マーク	電気用品安全法に適合した商品に表示されるマーク
CE	CE マーク	ヨーロッパ連合（EU）地域で販売される指定商品に貼付を義務づけられている安全マーク

ご使用になる前に

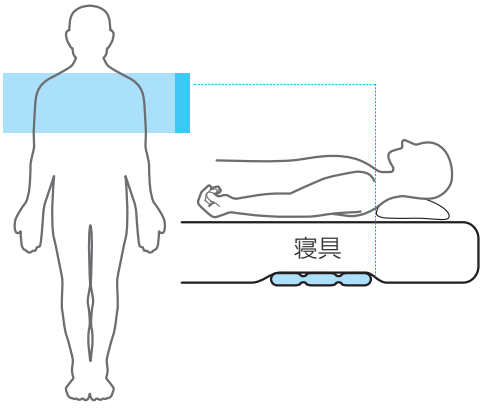
以下の注意事項を読んで正しくご使用ください。

■センサーマットの使用環境をご確認ください

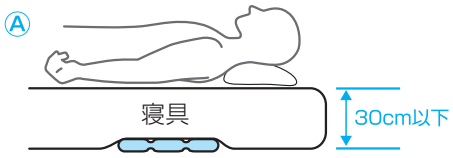
- センサーマットは、下図のように体の上下方向に対して垂直になるように敷いてください。
- 開梱直後や収納した後に取り出した際、センサーマットが丸まっていたり、折り目がついている場合がありますが、特に性能に影響するものではありませんので、そのまま伸ばしてご使用ください。
- 寒暖の差が激しい場所に保管した場合や、起床後すぐに丸めて収納した場合などに、表面が結露する場合がありますが、水漏れではありません。
- センサーマットはできるだけ硬い素材の上に敷いてご使用いただくことを推奨します。
- 電気敷布団や湯たんぽなどの暖房器具をご使用の場合は、センサーマットと直接触れないようにしてください。センサーマットの故障、変色の可能性があります。
- センサーマットは一人用の測定機器です。ベッドでパートナーや子供、ペットと一緒に寝る場合は、正しい測定ができませんので、ご注意ください。

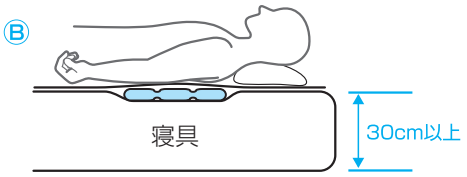
■センサーマットの敷く位置をご確認ください

- センサーマットの上辺を肩の位置に合わせる。



- 約 30cm 以下の厚さのマットレスや敷布団であれば図Ⓐのようにしてご使用ください。マットレスの厚さがそれよりも厚い場合は図Ⓑのようにしてご使用ください。





■SD メモリーカードをご確認ください

- 本商品には SD メモリーカードが同梱されていますので、そのままご使用ください。
- 市販品の SD メモリーカードをご使用になる場合は、**16MB 以上の空き容量**があるものをお選びください。
- 市販品のメモリーカードをご使用になる場合は、一度フォーマットをしてからご使用ください。
- 使用できるメモリーカードは以下の 2 種類です。
  SD メモリーカード /SDHC メモリーカード
  ご注意：SDXC メモリーカードはご使用できません。
- miniSD カードや microSD カードをご使用の際は、必ず専用の SD 変換アダプター（市販品）を装着してご使用ください。
- SD メモリーカード内にある PDF マニュアルと専用データ管理ソフトインストーラは、万一の場合に備えてパソコンなどにバックアップをしてください。
- SD メモリーカードの「Lock」はあらかじめ解除してご使用ください。
- 万一、SD メモリーカードが認識されない場合は、別の SD メモリーカードをご使用ください。

LOCK を解除

■専用データ管理ソフトについて

動作環境

●対応 PC	PC/AT 互換機（PC-98 シリーズ、Macintosh は非対応）
●対応 OS	Microsoft Windows 7、Vista、XP SP3 以降（すべて日本語版） 64bit 版には対応していません。
●必要メモリ	各 OS の推奨メモリ容量以上
●ハードディスク空き容量	20MB 以上
●ビデオ RAM	4MB 以上推奨
●ディスプレイ	解像度 1024 x 768 ドット以上、表示色数：32 ビットハイカラー以上
●カードリーダー	SD メモリーカード
●その他	工場出荷時に、Microsoft Windows 7、Vista、XP（すべて日本語版）がインストールされているもののみ対応。他のバージョンからバージョンアップした環境での動作保証はいたしません。

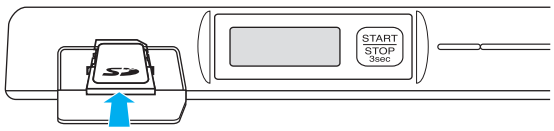
- 専用データ管理ソフトをご使用いただくには、パソコンへのインストールが必要です。
- 専用データ管理ソフトは同梱の SD メモリーカードにおさめられています。
- 専用データ管理ソフトの使用方法は、別冊の「簡単操作ガイド」もしくは同梱の SD メモリーカードにおさめられている「専用データ管理ソフト」の取扱説明書をご覧ください。

- 専用データ管理ソフトのご利用には、「.NET Framework 3.5」が必要です。「.NET Framework 3.5」がインストールされていない場合、専用データ管理ソフトのインストール時に「.NET Framework 3.5」のインストール要求がありますのでメッセージに従ってインストールしてください。
- 「.NET Framework 3.5」のインストールにはインターネット接続環境が必要です。

電源を入れる

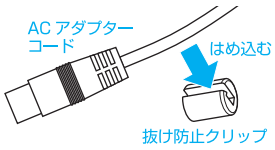
1. SD メモリーカードを本体にセットします。

➡SD メモリーカード挿入口のふたを開き、SD メモリーカードの向きに注意して、カチッと音がするまで挿入します。

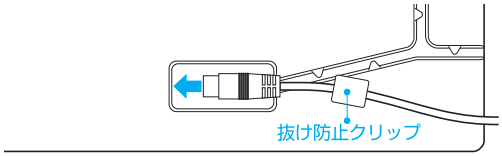


2. AC アダプターを接続します。

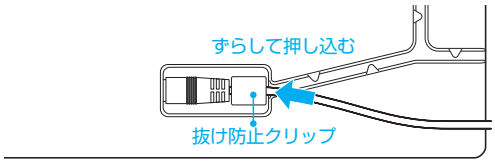
➡AC アダプターコードに「抜け防止クリップ」を取りつけます。



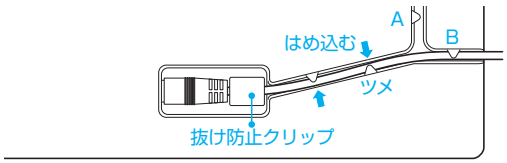
➡AC アダプターコードをセンサーマット背面の差し込み口に差し込みます。



➡抜け防止クリップをずらし、押し込みます。



➡ご使用の環境にあわせて、A、B いずれかの溝にコードを押し込みます。



ご注意

SD メモリーカードは、本体の電源が切れているか、時計表示のときに抜き取ってください。

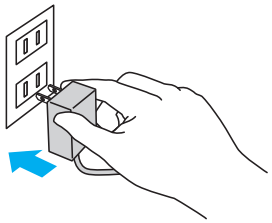
MEMO

SD メモリーカードを取り外すときは、矢印の方向に押し込んでから、飛び出した部分をつまんで抜き取ってください。

MEMO

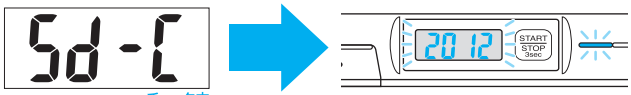
コンセントの位置が遠い場合は、同梱の電源延長ケーブルをご使用ください。

➡AC アダプターをコンセントに接続します。



電源が入り、センサーマットが自動的に SD メモリーカードの状態をチェックします。

➡SD メモリーカードが使用可能な場合は日付と時刻を設定する状態となり、ディスプレイに「西暦」が点滅表示され、LED ランプが点滅します。

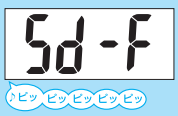


■エラー表示について

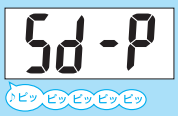
電源を入れた時に、以下のエラー表示が出た場合は、下記を参照してください。

SD メモリーカードの状態をチェックできませんでした。
- SD メモリーカードが未挿入
- SD メモリーカードが正しく挿入されていない

SD メモリーカードを（再度）挿入してください。



SD メモリーカードの空き容量が不足しています。空き容量のある SD メモリーカードを挿入してください。



SD メモリーカードが「LOCK」されています。

SD メモリーカードの「LOCK」を解除して、再度挿入してください。

LOCK を解除

参照

日付と時刻を設定については、12 ページをご覧ください。

MEMO

SD メモリーカードへのデータの保存は、1 時間あたり 0.5MB の容量が必要になります。
2GB の SD メモリーカードの場合、1 日に 10 時間ほどの測定をすると、約 1 年分のデータを保存することができます。

ご注意

SD メモリーカードは本体の電源が切れているか、時計表示のときに抜き取ってください。

MEMO

SD メモリーカードを取り外すときは、SD メモリーカードを押し込んでから、飛び出した部分をつまんで抜き取ってください。

ご注意

市販品の SD メモリーカードをご使用になる場合は、一度フォーマットをしてからご使用ください。

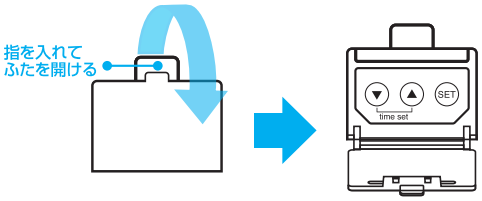
日付と時刻を設定する

本商品はご使用になる前に、日付と時刻あわせを行う必要があります。
ここでは例として2012年6月1日20時39分に合わせます。

ご注意

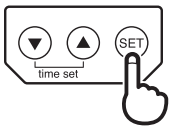
日付と時刻を再設定するには、センサーマット背面のふたを開き、▼と▲を同時に3秒間長押しして、「西暦」を点滅させてから、本操作の**手順 2.** から操作をしてください。

1. 電源を入れて、センサーマット背面のふたを開けます。



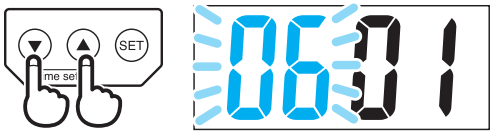
2. ▼または▲を押して、設定したい「西暦」を表示します。

3. SETを押して、「西暦」を決定します。

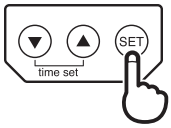


西暦が確定し、「月」の桁が点滅します。

4. ▼または▲を押して、設定したい「月」を表示します。



5. SETを押して、「月」を決定します。



［月］が確定し、「日」の桁が点滅します。

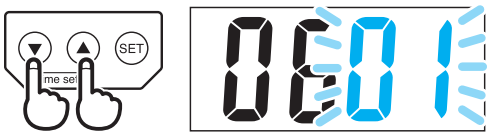
参照

- 電源の入れ方は、10ページをご覧ください。

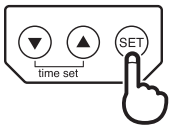
MEMO

- センサーマット背面のふたは、指を入れて手前に引っ張るようにして開けてください。

6. ▼または▲を押して、設定したい「日」を表示します。



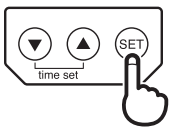
7. SETを押して、「日」を決定します。



「日」が確定し、「時」の桁が点滅します。

8. ▼または▲を押して、設定したい「時」を表示します。

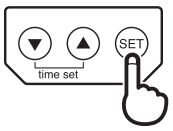
9. SETを押して、「時」を決定します。



「時」が確定し、「分」の桁が点滅します。

10. ▼または▲を押して、設定したい「分」を表示します。

11. SETを押して、「分」を決定します。



日付と時刻が設定されて、ピッピッという音が鳴ります。

12. センサーマット背面のふたを閉じて、日付と時刻の設定を終了します。

測定する

日付と時刻を設定すると、測定ができます。

1. START STOP 3sec を押し、測定を開始します。

Sd-C が表示後、数秒後にピッという音が鳴り「10」からカウントダウンが始まります。

2. 普段の就寝と同じ姿勢で横になります。

➡測定中は、LED ランプが点灯し、測定開始からの経過時間が表示されます。

測定中は、自動的に SD メモリーカードにデータの記録が行われています。

3. 起床後、START STOP 3sec を約 3 秒間押し、測定を終了します。

ブザーが 2 回鳴り、経過時間が表示されます。

経過時間の表示後、自動的に Sd-C に表示が切り換わり、数秒後に時計表示になります。

■ 経過時間が 2 分 30 秒未満の場合

測定開始から、2 分 30 秒未満で測定が終了した場合は、E-01 が表示されて、ブザーが鳴ります。この場合、測定データは保存されません。

1. START STOP 3sec を押して、ブザー音を止めます。

2. ブザー音が止まったら、もう一度、START STOP 3sec を押します。

Sd-C が表示後、数秒後に時計表示に切り換わります。

MEMO

カウントダウンが「0」になったら、測定を開始します。

MEMO

- 測定開始後、トイレなどで起き上がった場合でも、測定を終了する必要はありません。
- センサーマットの向きは左右関係なく測定可能です。
- 約 30cm 以下の厚さのマットレスや敷布団であれば、ご使用できます。
  詳しくは、8 ページをご覧ください。

ご注意

- 毛足の長いじゅうたんや、目の粗いスノコの上では、測定できない場合があります。

ご注意

測定中は、AC アダプターや SD メモリーカードを抜かないでください。データの破損の原因になります。

MEMO

測定開始後、24 時間経過したら、24.00 と表示されて、自動的に測定が終了します。

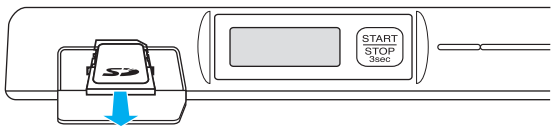
ご注意

エラーが表示されなくても、測定時間が 1 時間未満の場合は、専用データ管理ソフトでの解析はできません。

■測定結果のみかた

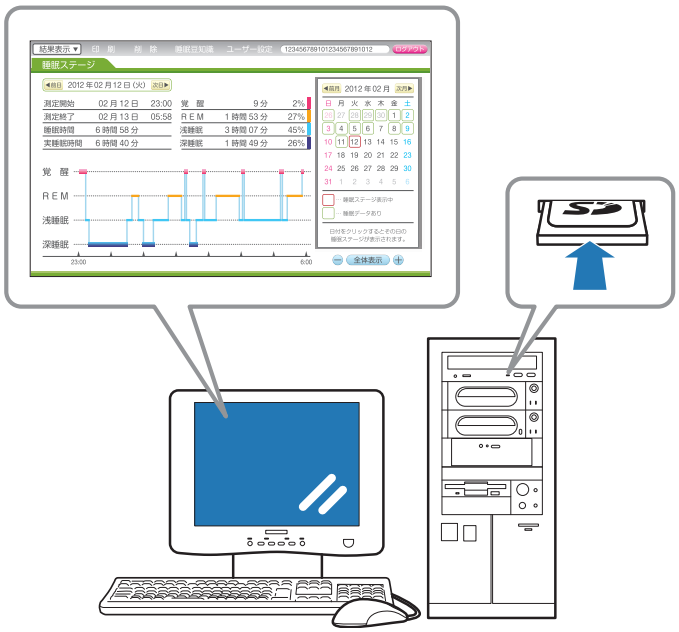
測定データをパソコンに取り込むために本体から SD メモリーカードを抜き取ります。

1. 時計表示の状態か本体の電源を切ってから、センサーマットから SD メモリーカードを抜き取ります。



2. 専用データ管理ソフトがインストールされたパソコンに SD メモリーカードを挿入します。

3. 専用データ管理ソフトを起動させ、測定データを解析して結果を確認します。



MEMO

SD メモリーカードを取り外すときは、矢印の方向に押し込んでから、飛び出した部分をつまんで抜き取ってください。

ご注意

- 測定データを確認するには、ご使用されるパソコンに専用データ管理ソフトをインストールしておく必要があります。
- 同梱の SD メモリーカードにおさめられているインストーラ（SleepScanSL503Setup）を使用してインストールしてください。

参照

専用データ管理ソフトについては、別冊の「簡単操作ガイド」もしくは SD メモリーカードにおさめられている「専用データ管理ソフト」の取扱説明書をご覧ください。

お困りのときは

■センサーマットのトラブルについて

センサーマットの「故障かな?」と思ったら、修理を依頼される前に、次のことをご確認ください。

症　状	ご確認ください	参照先
電源を入れても、何も表示されない	□ AC アダプターが正しく接続されているか、ご確認ください。	10 ページ 11 ページ
電源を入れると Sd-E が表示される	□ SD メモリーカードを認識していない • SD メモリーカードが未挿入です。 • SD メモリーカードが正しく挿入されていません。 □ SD メモリーカードがこわれている	11 ページ
電源を入れると Sd-F が表示される	□ SD メモリーカードの空き容量が不足しています。 空き容量のある SD メモリーカードを挿入してください。	11 ページ
電源を入れると Sd-P が表示される	□ SD メモリーカードの「LOCK」が有効になっています。 SD メモリーカードの「LOCK」を解除して、再度挿入してください。	11 ページ
START STOP を押し、測定を開始すると Sd-E が表示される	□ SD メモリーカードを正しく挿入し直してください。	11 ページ
測定後、E-01 と表示される	□ 測定時間が 2 分 30 秒未満です。	14 ページ
測定を終了していないのに、測定が終わっている	□ 24 時間以上経過すると、24.00 と表示され、自動的に測定が終了します。	14 ページ

ご注意

●通電時の AC アダプターから、通電音が聞こえてくる場合がありますが故障ではありません。通電音が睡眠の妨げになる場合は、同梱の電源延長ケーブルを使用して、AC アダプターを遠ざけるようにしてください。

商品仕様

類別			機械器具 21　内蔵機能検査用器具
名称		一般的名称	体動センサ
		販売名	睡眠計スリープスキャン
クラス分類			クラスⅠ（一般医療機器）
電撃に対する保護の形式			クラスⅡ
電撃に対する保護の程度			B 形装着部
医療機器届出番号			05B1X00001000002
寸法及び質量			D313 x W860 x H26（mm）約 1.3kg
センサーの機構			コンデンサマイクロフォン形式
センサーマット内容物			精製水（防腐剤添加）500ml
信号方式			圧力変化検知機構
検出記号		周波数帯域	0.5Hz ～
		サンプリング周波数	16Hz
対象年齢			10 才以上
最大測定時間			24 時間
最小測定時間			1 時間 *1
使用温湿度範囲			5℃～ 35℃　5% ～ 80%RH
保管・輸送温湿度範囲			0℃～ 60℃　0% ～ 80%RH
記録メディア			SD メモリーカードまたは SDHC メモリーカード
時計精度			平均月差　± 1 分以内（常温）
定格電圧 / 電流（本体）			DC7V / 1.7A
定格電圧 / 電流（付属 AC アダプター）			AC100V　50 ～ 60Hz / 0.29A（センタープラス）
消費電力量			0.28Wh 以下
本体表示項目	測定中	測定開始からの時間	1 分～ 24 時間 00 分
	待機中	時計	時：分

*1　睡眠解析に必要な最小測定時間

アフターサービスについて

1、保証書について

保証書は、必ず「販売店名、購入日」等の記入をお確かめになり、保証書内容をよくお読みいただき、大切に保管してください。保証期間は、お買い上げ日より 1 年間です。

2、修理を依頼されるとき

●保証期間中は、弊社お客様サービス相談室へお電話にてご連絡の上、保証書を添えて本機をお送りください。お客様の個人情報は、修理完了品の発送に使用させていただき、修理品とともにご返却いたします。この間、お客様の個人情報は、第三者が不当に触れることのないように、当社規定に基づき責任を持って管理いたします。

●保証期間が過ぎているときは、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。修理によって本機の機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

3、ご不明な点は弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

株式会社 タニタ

本社・東京営業所	〒174-8630 東京都板橋区前野町 1-14-2	☎03 (3558) 8111 (代表)
大 阪 営 業 所	〒577-0013 東大阪市長田中 1-3-15	☎06 (6784) 2811 (代表)
名 古 屋 営 業 所	〒465-0072 名古屋市名東区牧の原 2-707	☎052 (704) 2201 (代表)
福 岡 営 業 所	〒812-0882 福岡市博多区麦野 4-2-6	☎092 (575) 5761 (代表)
北 日 本 営 業 所	〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1	☎0187 (66) 2144 (代表)

ホームページアドレス http://www.tanita.co.jp

お問い合わせ先

フリーダイヤル 0120-133821

受付時間 / 9：00～18：00（土・日・祝祭日は除く）

お客様サービス相談室 〒174-8630 東京都板橋区前野町 1-14-2

タニタ サービスセンター 〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1

製造販売元 株式会社 タニタ 秋田

〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添 28-1 ☎0187 (66) 2122 (代表)

SL5037601(0)

© 2012 TANITA Corporation. All Rights Reserved.